

BAB IV

HASIL TEMUAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan dijelaskan hasil penelitian dan pembahasan penelitian yang telah dilaksanakan.

A. Hasil Penelitian

1. Persiapan

Dalam proses persiapan penelitian, peneliti melakukan observasi sekolah dan peserta didik secara umum untuk menentukan sampel penelitian dan lokasi penelitian akan dilaksanakannya penelitian yang telah dilakukan mengenai pelaksanaan upaya mengatasi problem *stress* sekolah dalam perkembangan peserta didik melalui kalender diri. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif yang secara spesifik lebih ia rahkan pada penggunaan penelitian studi kasus.

Persiapan yang dilakukan sebelum melakukan observasi peserta didik dan sekolah, peneliti melakukan studi literatur terlebih dahulu agar mengetahui gambaran problem *stress* sekolah yang ia lami peserta didik. Setelah peneliti memahami problem *stress* sekolah yang ia lami peserta didik, peneliti menuju sekolah yang akan dilaksanakannya penelitian.

- a. Subjek : Peserta didik Kelas 5
- b. Lokasi :
 - Tempat : SDN Penggung
 - Alamat : Jl. Sepang, Sepang kecamatan Taktakan Kelurahan Serang-Banten

Setelah SDN Penggung menjadi tempat penelitian, peneliti melakukan observasi dan meminta izin kepada pihak sekolah untuk melaksanakan penelitian ini. Peneliti melakukan observasi sekolah dan peserta didik dengan wawancara kepada guru dan kepala sekolah secara garis besar tentang masalah yang dihadapi oleh peserta didik disekolah.

2. Pelaksanaan

Dengan informasi dari guru dan kepala sekolah peneliti melakukan wawancara dengan peserta didik yang darasa mengalami problem streiss sekolah. Peneliti menanyakan hal-hal yang bersangkutan mengenai kegiatan yang dirasakan peserta didik di sekolah dan di rumah. Dan peneliti mendapatkan lima orang peserta didik yang akan dijadikan sample dalam penelitian studi kasus ini.

Dalam pelaksanaan penelitian ini, peneliti mengumpulkan data menggunakan tiga teknik pengumpulan data yaitu : observasi, wawancara dan catatan lapangan.

a. Hasil Observasi

1) Gambaran umum profil sekolah

SDN Penggung terletak di Jl. Sepang, Sepang Kecamatan Taktakan Kota Serang. Sarana dan prasarana yang terseia di SDN Penggung cukup memadai, terlihat dari adanya enam ruangan kelas yang diperuntukan kelas 1 hingga kelas 6, terdapat satu ruangan guru dan kepala sekolah. SDN penggung juga memiliki ruangan perpustakaan dan UKS.

Secara umum kondisi semua bangunan cukup baik, walau masih banyak kekurangan yang ada seperti ruang kelas yang berada di dalam kelas yang cukup mengganggu jika ada peserta didik yang keluar-masuk saat pembelajaran. Di beberapa ruang kelas kurang nya pecahayaannya dari luar maupun dalam yang menyebabkan ruangan kelas menjadi lembab. Dan di beberapa kelas kurangnya aliran listrik.

Sedangkan untuk ruangan perpustakaan, sudah cukup baik buku yang tersedia cukup lengkap. Di dalam perpustakaan juga terdapat berbagai lat dan meia pembantu pembelajaran yang cukup

lengkap. Tetapi pengelolaan administrasi perpustakaan yang kurang memadai.

Kondisi kamar mandi cukup kurang terawat, terutama kamar mandi yang diperuntukan untuk peserta didik. Kondisi kamar mandi kotor dan berbau. Dan cukup mengganggu penciuman. Yang mengakibatkan beberapa peserta didik membuang air kecil diluar kamar mandi.

Lapangan yang cukup untuk digunakan untuk peserta didik dalam bermain, hanya saja di sekeliling lapangan terdapat bebatuan yang dapat membahayakan peserta didik.

Peneliti melakukan observasi mendalam di ruangan kelas 5 sebagai objek penelitian. di dalam kelas 5, ruangan sudah ditata secara baik dari segi tatanan ruangan hingga bangku duduk peserta didik. Dinding ruangan kelas dihiasi dengan berbagai hasil kerja dan prestasi peserta didik yang disusun secara cukup rapih. Untuk tatanan bangku peserta didik terdiri dari empat bari kesamping dan lima baris kebelakang yang dimana peserta didik duduk berpasangan. Guru wali kelas kelas lima memberikan tempat duduk peserta didik paling dapan untuk peserta didik yang kurang atau lambat dalam mengerti pelajaran, peserta didik yang sering mengagu teman nya saat belajar, dan peserta didik yang ia nggap “perlu” untuk duduk didepan.

Dalam kelas lima, cahaya ruangan kelas cukup memadai dari luar tetapi kurang sedikit pencahayaan dari dalam. Aliran listrik juga kurang memadai karena *Stopkontak* yang hanya ada tembok samping pintu depan. Papan tulis yang diseia kan juga cukup layak digunakan.

2) Gambaran lingkungan sekolah

PGSD UPI Kampus Serang

Rizza Sarah, 2017

UPAYA MENGATASI PROBLEM STRESS SEKOLAH DALAM PERKEMBANGAN PESERTA DIDIK MELALUI KALENDER DIRI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Lingkungan sekolah SDN Penggung cukup asri dan bersih. Tersedia banyak tempat sampah diseluruh sudut sekolah. Bukan tersedia tempat sampah terdapat juga keran air dan tempat cuci tangan yang sangat baik.

Suasana di SDN Penggung cukup tenang, walaupun berada di pinggir jalan raya, namun masih tergolong sepi dan jarang kendaraan yang lewat menjadikan SDN Penggung cukup baik untuk penyelenggaraan akademi disini.

SDN penggung ini merupakan sekolah dasar yang diperuntukan untuk masyarakat menengah kebawah, lingkungan masyarakat di sekitar SDN penggung pun masih banyak yang berkerja sebagai petani dan pedagang.

Lingkungan yang masih banyak pepohonan dan sawah yang membentang menjadikan SDN penggung tempat yang sangat baik untuk proses perkembangan akademik dan sosial yang baik.

3) Proses kegiatan belajar mengajar di kelas

Suasana yang tercipta saat pembelajaran di kelas 5 cukup menyenangkan, SDN penggung sudah menggunakan kurikulum 2013 untuk kelas 1, 2, 3 dan menggunakan kurikulum KTSP untuk kelas 4,5,6.

Jumlah peserta didik setiap kelas yang ada di SD Penggung termasuk jumlah gemuk karena setiap kelas rata rata memiliki 45 orang peserta didik. hal ini di perparah SDN Penggung sering menerima peserta didik pindahan saat sudah berjalannya tahun pelajaran baru.

Guru-guru SDN Penggung sudah menggunakan meja pembelajaran yang menarik. Ini terlihat banyaknya meja pembelajaran yang tersedia di ruangan perpustakaan, dari kit

Matematika, IPS, Bahasa, hingga IPA tersedia lengkap. Hanya saja di SDN Penggung ini masih belum tersedia proyektor sebagai alat bantu pembelajaran, jadi guru masih menggunakan gambar dan tulisan tangan sendiri sebagai meja pembelajaran.

Peserta didik aktif saat pembelajaran, terlihat dari bagaimana seringnya peserta didik bertanya dan menjawab pertanyaan guru, walau tidak memungkiri masih ada peserta didik yang *mengobrol* saat pembelajaran, atau mengganggu temannya saat pembelajaran.

4) Gambaran peserta didik di dalam dan luar kelas

Saat dalam pembelajaran bersama guru atau pembelajaran berkelompok dan saat istirahat diluar kelas peserta didik terlihat berkelompok dengan orang yang sama setiap harinya. Terutama untuk peserta didik perempuan mereka akan berteman dengan teman yang membuat mereka nyaman setiap harinya. cukup berbeda dengan peserta didik laki-laki mereka terlihat bermain dan jajan bersama. Seperti saat bermain bola bersama tidak terlihat perbedaan kelas antara mereka, mereka bermain dan bercanda bersama.

Peserta didik dapat membeli makanan dan jajanan yang tersedia didepan sekolah dan berbagai makanan tersedia. Walaupun sebenarnya makanan yang tersedia masih bisa dibilang jauh dari kata sehat.

Hanya saat peserta didik berada di luar kelas kurang terlihatnya hubungan antara guru dan peserta didik. Saat jam istirahat, guru yang telah selesai mengajar dan beristirahat hanya beridiam diri dikantor hingga jam pembelajaran selanjutnya.

b. Hasil Wawancara

Wawancara yang dilakukan oleh peneliti bertujuan untuk mengetahui sejauh mana peserta didik kelas 5 di SDN Penggung mengalami problem *stress* sekolah. Dengan informasi dari guru dan kepala sekolah peneliti melakukan wawancara dengan peserta didik yang ia rasa mengalami problem *stress* sekolah.

Peneliti mendapatkan lima orang peserta didik untuk dijadikan sampel penelitian, peneliti akan menanyakan hal-hal yang bersangkutan mengenai kegiatan yang dirasakan peserta didik di sekolah dan di rumah. Kelima peserta didik ini mengalami problem *stress* sekolah dan memerlukan bantuan untuk mengatasinya.

1) Hasil Wawancara dengan Wali Kelas 5

Bu Anah Nurliawati atau yang lebih akrab di panggil dengan Bu Anah. Bu Anah menjadi wali kelas 5 di tahun pelajaran 2016/2017. Bu Anah sangat mengenal karakter, sikap dan sifat dari peserta didik dari kelas 5 karena beliau sebelumnya menjadi wali kelas 4 dengan peserta didik yang sama.

Problem *stress* sekolah masih menjadi hal yang tabu di SDN Penggung. Guru masih tidak mengetahui apa yang dimaksud dengan problem *stress* sekolah. Saat peneliti menjelaskan tentang problem *stress* sekolah bu Anah mengatakan ciri ciri anak yang mengalami problem *stress* sekolah di anggap sebagai anak yang bermasalah. Walaupun masalah yang timbul terjadi sangat jarang atau kadang kadang.

Menurut bu Anah ada beberapa peserta didik yang mungkin mengali problem *stress* sekolah jika dilihat dari ciri-ciri yang telah di jelaskan. Kiranya ada lima hingga enam orang anak yang mungkin cocok dengan ciri ciri yang digambarkan oleh Hardjana (1994), yaitu ada Diki dharmawan, Satria darmawan, Bagas, Y

mahendra dan SMF. Selain kelima peserta didik ini ada Muhammad S juga yang ia nggap cukup bermasalah.

Penyebab utama peserta didik ia nggap memiliki problem *stress* sekolah dikarenakan gejala stres yang menyangkut interpersonal yang sangat menonjol. Peserta didik yang terlalu acuh tak acuh saat di sekolah, mudah melupakan sesuatu, hasil belajar yang tidak konsisten, yang tiba tiba naik secara drastis, dan menurun secara drastis. Bukan hanya dari segi interpersonalnya yang menunjukkan problem *stress* sekolah, dari segi emosionalnya pun peserta didik ini sering kali mudah terpancing emosinya, mudah tersinggung oleh ejekan teman, dari sering menggunakan kekerasan dan bahasan yang kurang sopan dalam melampiaskan kemarahannya.

Para peserta didik ini memiliki waktu yang kurang untuk bermain dirumah dan peserta didik menggap sekolah itu tempat bermain sebagai bentuk pelampiasan waktu bermain mereka yang kurang dirumah. Seperti yang dikatakan bu Anah “mereka itu kebanyakan dari keluarga menengah kebawah, sehingga kalo dirumah mereka harus membantu orang tua mereka bekerja. Waktu mereka dirumah habis untuk bekerja, dan tidak ada waktu bermain. Sehingga saat mereka di sekolah mereka mengaggap bahwa sekolah adalah tempat bermain dan sulit berkonsentrasi saat di sekolah. Bahkan beberapa dari mereka itu *brokenhome*”.

Peserta didik memilki kecenderungan sulit berkonsentrasi dalam pembelajaran, sering sangat tidak nyaman dalam pembelajaran saat usai jam istirahat. Peserta didik ini akan mulai gelisah dan cemas hingga keringat yang bercucuran. Padahal dalam pembelajaran peserta didik ini termasuk golongan peserta didik yang mampu atau bisa dalam memahami pembelajaran.

Jika dilihat dari segi pekerjaan orang tua peserta didik yang bekerja sebagai pekerja bangunan dan pedagang. Seperti salah seorang peserta didik Bagas, Bapaknya bekerja sebagai kuli bangunan dan ibunya berjualan keliling. Bagas kadang harus membantu ibunya berjualan. Atau SMF salah seorang anak yang mengalami *brokenhome* dan selalu ditinggal oleh bapaknya dan lebih sering ia suh oleh pembantunya. Para peserta didik ini kurang mendapatkan perhatian dan orang tuanya pun acuh tak acuh dalam masalah perkembangan peserta didik.

Peserta didik yang ia nggap memiliki problem *stress* sekolah atau anak yang ia nggap oleh sekolah bermasalah akan diberi teguran dan bimbingan oleh sekolah. Dengan proses memanggil peserta didik yang bermasalah dan memberi pengarahan mengenai sikap dan nilai mereka, bukan hanya sekedar memberikan pengarahan guru juga akan memberikan ‘ancaman’ berupa jika peserta didik tidak akan dinaikan kelas jika mereka tidak memperbaiki sikap dan nilai mereka. Setelah peserta didik diberikan pengarahan, orang tua peserta didik akan dipanggil oleh pihak sekolah dan diberikan pengarahan yang sama dengan yang diberikan kepada peserta didik. Kegiatan ini akan dilaksanakan setiap akhir semester menjelang UAS.

Teguran ini kadang kurang memberikan efek jera kepada peserta didik, karena kurang peduli nya orang tua peserta didik terhadap perkembangan peserta didik di sekolah. “orang tua peserta didik saat diberi pengarahan hanya mengatakan ‘iya’ sebagai jawaban atas permintaan guru dan pada akhirnya kata ‘iya’ itu hanya sekedar iya tidak ada bukti perubahan pada peserta didik walau hanya hal kecil sekalipun” Bu Anah mengatakan ini lah yang menjadi masalah dan titik utama. Memang sekolah yang

memiliki peran untuk mendidik peserta didik tetapi orang tua mempunyai kewajiban juga untuk memberikan pembiasaan yang baik di rumah, jika hanya di sekolah dan tanpa bantuan orang tua menjadi hal yang mustahil peserta didik menjadi penerus bangsa yang baik.

2) Hasil Wawancara dengan orang tua peserta didik

Saat melakukan wawancara dengan orang tua peneliti mengalami beberapa kendala, seperti waktu kerja orang tua dari pagi hingga malam, pekerjaan orang tua yang tidak memiliki waktu libur, hingga orang tua yang tidak mau di wawancarai.

Pekerjaan orang tua para peserta didik yang mengalami problem *stress* sekolah rata rata adalah pekerja bangunan dan pedang. Jawaban orang tua saat ditanya mengenai peserta didik saat di rumah relatif sama, mereka mengatakan bahwa anak mereka merupakan anak yang baik dan patuh saat dirumah.

Keadaan orang tua yang jarang ada dirumah mengakibatkan kurang terkontrolnya perkembangan peserta didik, para orang tua hanya melihat perkembangan peserta didik dengan yang terlihat sementara bukan secara keseluruhan.

Bahkan beberapa orang tua tidak memperdulikan bagaimana perkembangan peserta didik di sekolah, mereka menganggap bahwa sekolah merupakan hanya sebuah formalitas semata.

Mereka lebih memilih anaknya membantu mereka dalam berdagang dari pada meminta peserta didik untuk belajar. Para orang tua peserta didik ini pula sangat kurun memahami kekurangan peserta didik di sekolah, bahkan cenderung tidak memperdulikannya. Jangankan untuk mengerti yang dimaksud

dengan problem *stress* sekolah, untuk memahami kebutuhan anak untuk bermain pun masih terbatas.

Para orang tua peserta didik ini pula mengaggap jika peserta didik mendapatkan hasil pembelajaran yang kurang atau tergolong rendah, para orang tua mengaggap bahwa peserta didik itu *bandel*, dan *bodoh*.

Para orang tua juga kurang tanggap, ya mereka menganggap sekolah itu tempat memperbaiki sikap dan tingkah laku peserta didik, jika peserta didik tetap tidak bisa ia tur dan memiliki sikap yang buruk itu merupakan kesalahan peserta didik tersebut.

c. Hasil Catatan Lapangan

Catatan lapangan yang dituliskan oleh peneliti merupakan sebuah deskripsi kegiatan sehari hari peserta didik di sekolah selama pelatihan kalender diri yang di berikan dan setelah bimbingan kalender diri diberikan. Catatan ini berisi gambaran umum seluruh peserta didik, catatan lapangan ini dituliskan selama waktu penelitian berlangsung.

Terlihat beberapa perubahan-perubahan yang ia lami peserta didik saat sebelum diberikan pelatihan kalender diri dan setelah pelatihan kalender diri. Seperti peserta didik yang sudah bisa mengontrol emosi saat kesal dan marah dengan menurangi intensitas penggunaan bahasa kasar dan anggota tubuh sebagai pelampiasan emosi. Atau peserta didik yang sudah mulai bisa membiasakan diri untuk belajar di rumah saat peserta didik tidak mengerti pembelajaran di sekolah. Dan ada pula peserta didik yang sudah memahami bagaimana pentingnya dan menyenangkannya belajar jika pelajaran tersebut mereka mengerti.

B. Pembahasan

PGSD UPI Kampus Serang

Rizza Sarah, 2017

UPAYA MENGATASI PROBLEM STRESS SEKOLAH DALAM PERKEMBANGAN PESERTA DIDIK MELALUI KALENDER DIRI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1. Hasil Rencana pelayanan

Pelayanan yang dilakukan oleh peneliti untuk membantu para peserta didik dalam mengatasi problem *stress* sekolah. Pemberian pelayanan kepada peserta didik menggunakan kalender diri. Rencana pelayanan ini diberikan selama 5 hari secara berturut-turut.

a. Hasil Perkenalan

Pengenalan antara peserta didik dan peneliti dilaksanakan selama satu hari. Peneliti berusaha mengenal karakteristik peserta didik masing-masing. Bertanya jawab dengan peserta didik dengan pertanyaan seputar kegiatan peserta didik di sekolah dan di rumah.

Pada awalnya peserta didik merasa canggung dan kurang nyaman hingga terlihat gelisah dan tegang ketika peneliti menanyakan tentang kegiatan peserta didik di sekolah dan di rumah. Tapi dengan sesekali bercanda dengan peserta didik, suasana akhirnya menjadi mencair dan peserta didik menjadi sedikit terbuka dengan peneliti.

Dengan berjalannya bertanya jawab, peserta didik menceritakan berbagai hal-hal yang tidak menyenangkan dan menyenangkan yang terjadi di sekolah dan di rumah.

b. Hasil Pelaksanaan

1. Kondisi Peserta Didik

Kondisi umum yang dialami yang peserta didik yang mengalami problem *stress* sekolah memiliki beberapa kondisi yang sama yang dialami. kondisi yang dialami peserta didik dapat dilihat dari empat gejala yang mempengaruhi timbulnya stress (Hardjana, 1994).

- Gejala fisik : gejala fisik yang dialami peserta didik sering mengalami kesulitan dalam tidur, sakit kepala dan peserta

didik sering sekali bekeringat yang sangat ekstim saat mengalami kecemasan.

- Gejala emosional : gejala emosional yang tampak pada peserta didik yang dijadikan sampel adalah seringnya peserta didik marah-marah dan mudah tersinggung akan ucapan dan perilaku orang disekitarnya, gelisah dan cemas yang berlebih ketika peserta didik diminta melakukan sesuatu, sikap yang agresif dan mudah memusuhi teman sangat tampak saat peserta didik merasakan sakit hati atas sikap dan perilaku teman atau orang yang ada disekitarnya.
- Gejala intelektual : seringnya peserta didik melupakan sesuatu hal, sulit berkonsentrasi, hasil kerja yang sering tidak baik atau kurang yang diakibatkan sulitnya peserta didik berkonsentrasi dan lebih senang bercanda dan cenderung sering mengganggu temannya .
- Gejala interpersonalnya : sikap peserta didik yang sering acuh tak acuh akan kondisi sekitarnya, mudah mengingkari janji kepada orang lain yang sering muncul dari gejala *problem stress* yang dialami peserta didik.

2. Proses Penggunaan Kalender Diri

Pada hari kedua peneliti memulai membuat kalender diri dengan menggunakan empat tuntutan yang diberikan oleh Desmita (2005) yaitu *physical demands* yang diberikan tema oleh peneliti dengan KELAS, *task demands* yang diberikan tema oleh peneliti dengan TUGAS DAN ULANGAN, *roles demands* yang diberikan tema oleh peneliti dengan RAPORT dan *interpersonal demands* dengan tema

TEMAN. Peneliti membuat sebuah kesimpulan kalender diri dengan tema nama peserta didik masing-masing.

Dihari pertama peserta didik akan dibimbing membuat kalender diri dengan bahan dan alat yang telah disediakan oleh peneliti. Pembuatan kalender diri ini terus dibimbing oleh peneliti. Halaman pertama dari kalender diri adalah nama peserta didik, peserta didik menuliskan nama mereka dengan berbagai bentuk dan kreativitas masing-masing. Hasil dari nama mereka akan digunakan sebagai cover kalender diri.

Dalam proses pembuatan cover kalender diri, peserta didik terus bertanya dan mengeluh dalam mengerjakannya. Bahkan ada peserta didik yang tidak mau melakukannya, “buat apa sih bu ?” begitu lah keluhan mereka.

Pengerjaan pembuatan cover kalender diri ini memerlukan waktu sekitar satu jam hingga mereka selesai. Setelah pembuatan cover selesai, peserta didik secara bergantian dibimbing untuk memulai identifikasi masalah yang pertama dengan menggunakan tema pertama yaitu KELAS. Peserta diminta membuat setengah lingkaran di depan peneliti dengan menggunakan meja.

Peneliti memberikan pengarahan secara umum bagaimana membuat kalender diri. Pertama-tama peserta didik menuliskan tema yang telah diberikan oleh peneliti di tengah kertas putih yang diletakan melebar. Lalu peserta didik diminta menuliskan beberapa hal yang menurut mereka yang berhubungan dengan tema yang diberikan sebanyak yang mereka inginkan.

Pada awalnya para peserta didik sangat kebingungan, meskipun ada salah satu dari mereka yang sudah mengerti yang dimaksud oleh peneliti. Peneliti memberikan pengarahan lebih mendalam dan lebih rinci menggunakan contoh. Hal ini merupakan yang menjadi

identifikasi masalah menurut peserta didik dengan tema yang telah diberikan. Selain sebagai identifikasi masalah, peneliti bisa melihat yang dirasakan dan menjadi *unek-unek* siswa selama ini.

Peserta yang sudah mengerti mulai mengerjakan, secara bergantian peneliti menghampiri peserta didik dan memberikan pengarahan secara pribadi. Melihat bagaimana peserta didik menganggap tema itu sendiri.

Dari tema KELAS, kita bisa melihat yang dirasakan peserta didik di sekolah. Kelima peserta didik mengeluhkan kotornya kelas dan berisiknya kelas saat pembelajaran, tiga dari lima peserta didik ini merasakan ketidaknyamanan saat mereka berada di kelas. Bukan hanya itu, peneliti dapat melihat bahwa kelas yang harusnya digunakan untuk belajar digunakan sebagai tempat bercanda, menonton HP, bahkan ada yang menuliskan bahwa kelas itu menjadi tempat untuk berantem. Dan mereka mengeluhkan guru wali kelas mereka yang ia nggap galak.

Pada hari pertama peserta didik melaksanakan pembuatan kalender diri, menuntut peserta didik untuk membuka hati dan fikiran mereka dengan yang selama ini terjadi.

Hari kedua, tema selanjutnya yang diberikan adalah TEMAN. Peserta didik duduk sedikit berjauhan dari pada hari kemarin, peserta didik diminta untuk menuliskan tema ditengah kalender diri. Peneliti meminta peserta didik untuk menuliskan berbagai hal yang mereka rasakan terhadap teman.

Peserta didik tampak segan dalam menuliskan hal-hal yang terjadi dengan mereka dengan teman. Mereka terus bertanya menuliskan apa di dalam kalender diri. Mereka terus bergantian bersautan dalam bertanya hal ini “bu, apa bu yang ditulisnya?”.

Peneliti mengarahkan untuk peserta didik untuk jujur dalam menuliskan kalender diri dan peneliti akhirnya memutuskan untuk memberikan pengarahan secara individu kepada peserta didik.

Peneliti memberikan pengarah dengan peserta didik dengan mengajak mereka mengenal teman. Peneliti membuat pertanyaan-pertanyaan yang berhubungan dengan hal yang harus dituliskan oleh peserta didik, saat mereka menjawab pertanyaan tersebut peneliti mengarahkan bahwa jawaban yang mereka berikan bisa mereka tuliskan di dalam kalender diri.

Hal yang disadari oleh peneliti saat pengarahannya individu, peserta didik memiliki satu kesamaan yaitu mereka takut jika mereka mengatakan hal yang sebenarnya akan dijaui teman dan tidak memiliki teman. Hal ini menjadikan peserta didik memiliki tuntutan peran (*interpersonal demands*) yang dimana peserta didik harus menjadi individu yang dapat diterima oleh individu lainnya (Desmita, 2005)

Peneliti akhirnya membuat jarak duduk antara peserta didik menjadi lebih berjauhan agar peserta didik dapat menuliskan yang terjadi dengan sejujur-jujurnya tanpa diketahui oleh peserta didik lain.

Mereka pun berusaha menyelesaikan secepat mungkin agar peserta didik lain tidak mengetahui jawaban yang mereka tuliskan di dalam kalender diri.

Hari ketiga, peserta didik melanjutkan tema selanjutnya yaitu: TUGAS DAN ULANGAN. Pada pembuatan tema ketiga berlangsung cepat dan sangat kondusif, peserta didik dapat menuliskan segala hal yang dirasakan yang berhubungan dengan TUGAS dan ULANGAN secara terbuka.

Peneliti hanya mengarahkan secara umum kepada peserta didik untuk menuliskan hal yang mereka rasakan terhadap tugas-tugas, dan mereka langsung memahami hal yang harus mereka tuliskan di dalam kalender diri.

Setelah para peserta didik menuliskan hal yang mereka rasakan dalam hal TUGAS dan ULANGAN mereka merasakan banyaknya tugas-tugas di sekolah atau tugas yang harus dibawa ke rumah, ulangan yang terkadang terasa sulit bagi mereka, atau mematuhi peraturan sekolah yang menganggap diri mereka melanggar aturan (Desmita, 2005).

Hal ini menyebabkan ketidakmampuan peserta didik menyesuaikan diri dengan berbagai kebutuhan tersebut akan memicu terjadinya stres (Kiselica, dkk. 1994)

Pada hari keempat, peneliti memberikan tema RAPORT, tema ini merupakan bagian dari *roles demands* yang berhubungan dengan peran yang dipikul oleh peserta didik. Berbeda dengan *task demands* yang berkaitan dengan aktifitas spesifik atau tugas-tugas dari kegiatan belajar yang harus diselesaikan peserta didik, sedangkan *role demands* berhubungan dengan tingkah laku lain yang diharapkan dari peserta didik sebagai pemenuhan fungsi pendidikan di sekolah. Tuntutan peran ini diberikan oleh orang tua, sekolah, masyarakat kepada peserta didik, sebagai harapan memiliki nilai yang bagus, mempertahankan nama baik dan keunggulan sekolah, memiliki sikap dan tingkah laku yang baik, memiliki motivasi belajar yang baik, dan berpartisipasi dalam memajukan kehidupan masyarakat, menguasai keterampilan dan sebagainya (Desmita, 2005).

Para peserta didik mendapatkan tuntutan yang hampir sama setiap individu dari orang tua seperti menginginkan nilai yang baik, jika mereka mendapatkan nilainya kurang akan dimarahi atau diberi hukuman. Beberapa hal ini membuat mereka takut atau segan dalam menerima hasil raport. Pembagian raport menjadi moment dimana peserta didik menjadi sangat tertutup dan ia m, karena orang tua mereka akan menyalahkan mereka dan menganggap mereka *bodoh*

serta *bandel* jika hasil yang mereka terima tidak sesuai dengan harapan orang tua dan guru.

Nilai masih menjadi patokan orang tua dan guru dalam menilai peserta didik, semakin tinggi nilai akan ia nggap sebagai peserta didik yang mampu dan pintar, sedangkan semakin kecil nilai yang diperoleh akan membuat peserta didik ia nggap kurang mampu dan menyalahkan sikap dan tingkah laku mereka yang ia nggap *bandel*.

Dalam pengerjaan kalender diri peserta didik mencurahkan hati mereka masing-masing sambil menuliskannya di dalam kalender diri. Mereka seperti menemukan tempat untuk mengeluhkan yang mereka rasakan dalam menghadapi tuntutan peran yang diberikan oleh orang tua dan guru.

Hari kelima, pada bagian akhir dari kalender diri peneliti membuat kesimpulan dengan menggunakan nama mereka masing-masing. Peneliti mengarahkan agar mereka menuliskan hal yang ada pada diri mereka dan harapan mereka sebagai bentuk perbaikan diri.

Mereka menuliskan banyak hal yang mereka sadari selama proses pelayanan yang diberikan. Membuat peserta didik sadar akan pentingnya bersikap sopan, belajar dengan usahanya sendiri, serta dapat berguna dan membanggakan orang tua mereka.

3. Hasil Pelayanan

Pelayanan individu akan diberikan setelah pembuatan kalender diri sebagai refleksi dari apa yang telah peserta didik dapatkan.

a. YM

Gejala yang dimiliki YM adalah sering atau banyaknya melakukan kesalahan dalam bekerja, mengerjakan tugas ataupun ulangan. Selain itu YM juga memiliki gejala mudah tersinggung dengan ucapan atau sikap dan tingkah laku orang-orang yang berada

disekitarnya. Terjadinya penurunan produktivitas kerja saat YM mengalami kecemasan.

Dalam pembuatan kalender diri, Y merupakan sosok anak yang tergolong pendiam namun pada beberapa hal Y menjadi sosok yang berbeda. Dalam menuliskan tema KELAS, menuliskan hal-hal yang tidak konsisten seperti ia merasa kelas itu kotor dan tidak nyaman, tetapi ia juga menuliskan bahwa kelas yang ia tempati bersih.

Dari kesepuluh hal yang Y tuliskan dalam tema kelas 5 tiga diantaranya adalah keluhan yang ia rasakan terhadap kelas yang ia rasakan. Saat peneliti menanyakan bagaimana perasaan tidak nyaman yang diberikan di dalam kelas ia menjawab “kelasnya kadang kotor, yang piket suka ngga bersih dan kadang itu bu, yang jajan suka nggak dibuang ke tempat sampah kalo istirahat”.

Untuk tema yang kedua yaitu TEMAN, Y masih segan dalam menuliskan apa yang ia rasakan terhadap teman pada awalnya, setelah jarak yang diperjauh dan pengarahannya secara individu ia dapat menuliskan berbagai karakteristik teman yang ia miliki. Ada beberapa perbedaan yang cukup signifikan, pada awalnya ia menuliskan bahwa teman yang ia miliki bersikap baik, sopan, rajin, dan baik hingga akhirnya ia menuliskan bahwa teman yang ia miliki pernah mengambil uang darinya, suka mencontek, galak, suka bertempur hingga menuliskan temannya itu jahat. Ini menunjukkan adanya tuntutan interpersonal yang harus ditahan oleh Y agar ia tetap diterima oleh temannya.

Lalu pada tema ke tiga yaitu TUGAS dan ULANGAN, kebingungan yang dirasakan oleh setiap peserta didik bahwa tugas dan ulangan yang diberikan terkadang bisa sangat mudah dan sangat sulit. Y menuliskan bahwa dirinya kadang jalan-jalan ketika

mengerjakan tugas dan ulangan untuk menanyakan hal apa yang tidak ia mengerti, dan ia juga menuliskan bahwa dirinya terkadang menyontek kepada temanya jika ia sudah tidak bisa atau tidak mengerti apa yang ia kerjakan.

Tema keempat RAPORT, pada kalender diri yang ia buat terlihat ketidakkonsistenan hasil yang Y peroleh, ia menuliskan bahwa nilai yang didapatnya terkadang naik, turun, dan kadang bagus, jelek atau lumayan. Disini Y menuliskan bahwa ia “tidak mendapatkan ranking” menandakan adanya tuntutan yang diberikan agar ia mendapatkan status ranking di kelas. Saat peneliti menanyakan alasan peserta didik harus mendapatkan ranking ia menjawab “habis bu, kalo ngga dapet ranking itu suka dimarahi dan suka disbanding bandingkan dengan tetangga”.

Pada kesimpulan yang ia tuliskan dengan menggunakan tema yang diberikan banyak hal yang positif yang ditunjukkan seperti keinginannya untuk belajar lebih giat, keinginan Y menguasai dalam pembelajaran matematika, keinginannya untuk mulai mengurangi dan mulai berhenti bermain warnet dan lebih giat belajar serta keinginannya untuk bisa rajin dan jujur pada diri sendiri.

b. MS

MS memiliki gejala problem *stress* sekolah seperti sulitnya tidur, agresif terhadap orang lain dan sikap nya yang acuh tak acuh, serta seringing mengingkari janji kepada orang lain menjadikan alasan MS menerima pelayanan kalender diri.

Dalam pembuatan kalender diri, S termasuk peserta didik yang pendiam, tidak banyak bertanya dan selalu langsung mengerjakan seperti arahan yang diberikan oleh peneliti.

Kedua orang tua S bekerja sebagai pedang. S termasuk peserta didik yang 'baru' mulai terlihat tanda-tanda atau gejala dari problem *stress* sekolah. Tidak banyak yang perubahan yang diperoleh dari S.

Dalam tema KELAS S menuliskan banyak sekali kekurangan yang ia dapat dikelas dan S menuliskan berbagai hukuman yang ia dapatkan didalam kelas seperti suka dijemur, atau dimarahi saat tidak melaksanakan piket atau mengerjakan tugas lainnya. Yang membuatnya menuliskan hal seperti itu adalah ketidaknyamanan ia saat berada dikelas. Ia juga merasakan bahwa kelas yang ia tempati kadang bersih dan kadang kotor. Dari tema KELAS ini S hanya menuliskan kelas itu tempat ia bercanda dan ia tidak menuliskan bahwa kelas juga bisa di gunakan sebagai tempat belajar.

Memiliki kesamaan yaitu tidak bisa jujur saat diberikan tema TEMAN. Walau menurutnya hal-hal baik yang ia tuliskan didapat dari temannya terkadang. Hal yang baik yang dituliskan oleh S adalah baik, sopan, suka bergotong royong. Walau begitu ia masih menuliskan hal-hal negatif yang didapat dari temannya seperti galak, suka meminjam uang, suka berantem, suka ngatain teman dan suka nyontek. Walaupun seperti itu S masih menganggap bahwa temannya itu sahabat.

Untuk tema TUGAS dan ULANGAN mengeluhkan adanya tugas yang diberikan guru setiap harinya, bukan hanya intensitas waktu yang sering ia juga mengeluhkan banyaknya jumlah soal yang diberikan. Walaupun ia merasakan bahwa tugas atau ulangan yang diberikan kadang terasa mudah dan kadang terasa sulit saat dikerjakan. Dengan jujur S mengatakan bahwa saat ia mengerjakan ulangan bahwa ia sering bercanda dengan teman-temannya.

Pada tema RAPORT, S mengatakan bahwa tidak ada konsistensi nilai yang ia peroleh. Kadang naik/ turun secara drastis. Ia hanya menuliskan hal-hal yang terjadi jika nilai jelek atau mengalami penurunan seperti dimarahi, dan disuruh belajar oleh orang tuanya. Orang tuanya akan menuntut untuk mendapatkan nilai yang bagus untuk hasil yang selanjutnya akan tetapi S mengatakan jika nilai yang diperoleh tidak kunjung membaik orang tuanya terkadang akan memarahinya dan tidak memaafkannya untuk waktu yang cukup lama.

Pada tema diri sendiri, S masih terlihat tuntutan yang diberikan orang tua yang diberikan kepadanya, seperti harus giat belajar, tidak akan berhenti belajar, mewajibkan dirinya untuk membaca, dan memotivasi dirinya untuk menjawab soalnya lebih sulit. Dan dia menuliskan menyisihkan waktu untuk bermain. Saat ditanya oleh peneliti waktu bermain yang dimiliki oleh S, ia menjawab “jarang bu, kadang mau main ngga boleh dan lebih disuruh belajar dari pada bermain bu”.

c. Satria Darmawan

Dari hasil pelayanan kalender diri yang diberikan kepada Satria Darmawan atau yang lebih dikenal dengan panggilan Satria. Menurut peneliti Satria adalah salah satu peserta didik yang sangat memerlukan bimbingan untuk mengatasi problem *stress* sekolah yang dialaminya.

Dalam kesehariannya, Satria sangat mudah marah dan tersinggung jika dibandingkan dengan peserta didik yang lain. Sikapnya yang acuh tak acuh dan tidak perdulinya pada sikap dan tingkah lakunya menjadikannya sosok yang sulit untuk didekati oleh orang lain.

Dalam pengerjaan tema KELAS, Satria menuliskan merasa kelas yang ditempatinya kelas yang memang tempat yang cukup nyaman baginya terlihat dari bagaimana ia menuliskan kelasnya yang lebih sering bersih walau tidak memungkiri bahwa kelas yang ia tempati sering kotor dan berantakan. Ia merasakan anggota kelas yang ada bersikap sombong dan bersikap marah kepadanya yang mengakibatkan ia sering terjadinya pertengkaran diantara mereka.

Pada tema TEMAN yang diberikan lebih banyak menuliskan hal yang kurang baik dimata Satria, dari sepuluh hal yang ia tuliskan hanya ada tiga yang menurutnya hal baik yang ia peroleh dari temannya yaitu sikap sopan, baik dan bersahabatnya. Selebihnya ia mengatakan bahwa teman-teman yang ia miliki bersikap buruk dan jahat seperti galak, suka jahil, dan sering mengajak ia berantem dan sering membulinya.

Sedangkan pada tema TUGAS dan ULANGAN Satria lebih sering merasakan kesulitan daripada kemudahan yang dirasakan. Saat ia mengerjakan tugas atau ulangan ia sering merasa sering diganggu oleh teman-temannya bahkan saat sangat sering ia diganggu dan dijahili oleh teman-temannya.

Pada tema RAPORT, banyak tekanan yang ia peroleh dari orang tua dan guru. Tekanan yang diberikan oleh orang tua nya sangat keras. Saat hasil raport yang diperoleh tidak susai dengan harapan orang tua ia akan dimarahi oleh orang tua, kadang diberi hukuman berupa pukulan dan ia pun mengatakan jika orang tua nya sangat marah ia bisa tidak diberikan makan.

Dari tema diri mereka sendiri banyak hal positif yang dipat dari Satria, ia mulai memahi bagaimana seharusnya sikap seorang pelajar dan mulai untuk memperbaiki sikap dan tingkah laku nya

selama ini. Seperti ia akan mulai belajar untuk mengontrol emosi dan tidak mudah terpancing untuk berkelahi.

d. SMF

Peserta didik yang memiliki masalah problem *stress* sekolah ini berawal dari orang tua nya yang mengalami perceraian yang menjadikannya anak yang *brokenhome* yang diperparah oleh pekerjaan orang tuanya yang selalu pergi pagi dan pulang malam yang sangat jarang membuat ia bertemu dengan orang tua nya membuat ia memiliki sikap yang acuh tak acuh, bersikap menutup dan membentengi diri sendiri terhadap orang lain dan SMF termasuk peserta didik yang mudah tersinggung dan sensitif.

Kesehariannya SMF hanya diasuh oleh pembantu rumah tangga bersama adiknya yang memenuhi kebutuhannya, yang menjadikannya anak yang cukup pendiam berbeda dengan Satria yang aktif dan Overakting SMF menjadi anak yang pendiam dan tertutup. Setelah diberikan pelayanan kalender diri mulai menjadi anak yang sedikit terbuka dan mulai menceritakan hal-hal yang dirasakannya selama proses pembuatan kalender diri pun SMF cenderung diam dan tidak banyak bertanya.

Dalam mengerjakan tema KELAS, SMF lebih banyak menanyakan kepada temanya secara pelan-pelan seperti tidak ingin mengganggu temannya bekerja dan pada akhirnya SMF melihat jawaban dari temannya untuk membantunya menjawab tema yang diberikan oleh peneliti. Dengan jujur ia mengatakan bahwa kelas yang ia tempati sering dijadikan tempat untuk bercanda dan bermain serta ia sering kali memukul meja saat ia merasakan bosan dan jenuh.

Sedangkan TEMAN, banyak hal positif yang dipaparkan oleh SMF, mungkin ini disebabkan tidak adanya yang diajak berbicara atau yang menemani saat dia dirumah. Saat dirumah hanya ditemani oleh game dan televisi yang disediakan oleh orang tua, hal ini menyebabkan SMF menganggap bahwa teman-teman yang terbaik.

Pada tema TUGAS dan ULANGAN masih sama dengan peserta didik yang lainnya yang menganggap bahwa tugas yang diberikan setiap harinya memiliki kesulitan yang sukar hingga mudah begitu pula pada ulangan. Dan sikap mereka saat mengerjakan tugas dan ulangan adalah seringnya jalan-jalan untuk mencari jawab atau sekedar bosan saat mengerjakan tugas atau ulangan.

Tema RAPORT yang diberikan tidak begitu adanya tuntutan yang diberikan oleh orang tua yang diberikan kepada SMF selain dimarahi. Saat ia mendapatkan rangking ataupun tidak tidak terlalu menjadi masalah bagi orang tuanya.

Dengan tema diri sendiri SMF mengungkapkan bahwa ingin belajar bersabar dan mengalah dan ingin bisa menolong orang lain. Dan berhenti dari hal-hal yang menurutnya kurang bermanfaat.

e. BS

Bagas sebenarnya peserta didik yang cukup berprestasi disekolah dan dibilang cukup baik saat pembelajaran di kelas. Namun gejala-gejala problem stress sekolah masih nampak pada diri peserta didik. Gejala yang sangat menunjukan pada diri peserta didik ini ditunjukan ia mudah mengalami kecemasan ekstrim yang membuat nya pucat dan berkeringat berlebih pada satu waktu.

Dalam mengerjakan kalender diri Bagas membuat jawaban sama halnya seperti didik yang lain. Seperti pada tema KELAS ia menuliskan kelas bersih, kotor dan tempat biasa yang biasa dijadikan tempat bermain dan bercanda.

Sedangkan pada TEMAN, ia melihat secara terbuka bukan hanya segi positif saja juga menjabarkan hal-hal yang kurang baik dalam diri temannya yang ia rasakan.

Sedangkan saat mengerjakan tema TUGAS dan ULANGAN Bagas mengeluhkan berbagai macam hal seperti mulai merasa bosan, capek dan tidak ingi mengerjakan lagi hal yang ia tuliskan sama seperti peserta didik yang lain karena tidak ada hasrat untuk mengerjakan sendiri.

Sama halnya pada tema RAPORT yang diberikan ia hanya menuliskan hal-hal yang menurut nya perlu ia tulis. Dan ia mengatakan tidak ada tuntutan yang berarti yang ia dapatkan dari orang tua selain menginginkan dirinya naik kelas.

Berbeda dengan saat menuliskan tema yang berdasarkan diri mereka sendiri. Ia menuliskan banyak hal yang ingin dirubah setelah melakukan pelayanan individu.